

心理治療者の訓練に関する一考察

岩堂美智子

A Study on Psychotherapy Training

MICHIKO IWADÔ

問 題

近年、臨床心理学の発展にともなう、児童学専攻の本学学生が、卒業後、医療、教育、福祉などの分野で、カウンセラーあるいはセラピストとして、児童および成人の心理治療を目的とした業務にたずさわれることが多くなってきた。

一般に、我が国の大学では、心理治療者の教育を正規におこなっているところは極めて少なく、諸種の現場においては、すぐさま業務をひきうけ得る有能な新人を求めているにもかかわらず、その要請にこたえきれないのが現状である。

本学児童学科においては、従来より既存の心理学科の傾向とは趣を異にした、臨床心理学を重視した教育がおこなわれ、最近はその実習・演習にも多大の時間がさかされている。

数年前、日本臨床心理学会においても、臨床分野のサイコロジストの資格認定問題と合わせて、大学における講義科目の検討が論議されたが、統一見解が生まれることなく今日に至っている。

そこで、本稿で私は、今後とも本学卒業生が進出していくであろう一つの専門分野としての「心理治療者」の、具体的な訓練のあり方について、いくつかの観点から考察を試みた。

学舎増設にむけて、新たに児童相談室の設置が計画されている現在、その効果的な活用と、より有能なセラピストの育成は、われわれの大きな課題の一つであると考えられる。

考察の資料

昭和48年3月現在、在職二年以上の、本学卒業生（主としてカウンセラー、セラピストとして活躍中）16名に以下のようなアンケートを送付、解答を得る。期間は昭和48年3月～4月。解答者は10名であった。考察は、このアンケート結果を第一の資料にした。次に、昭和47年

3月から昭和48年3月まで、私とチームを組んで心理治療を実践した2名の卒業生の、実践過程をふりかえっての報告を第二の資料とした。加えて昭和40年以来、私が折にふれて在学生、卒業生と交した、セラピスト訓練についてのディスカッションの経過が、考察の第三の資料となっている。

アンケートの項目概要

- （1）はじめて担当したケースの主訴、概略について。
- （2）はじめてケースを担当した最初の一年間の、その他の実践状況について。
- （3）在学中の、セラピストとしての訓練、研鑽の方法について。
- （4）3.について当時をふりかえっての感想。
- （5）後輩、初心者への助言。
- （6）在学中に参加した研究会、ワークショップなどについて、また現在参加しているそれらの状況について。
- （7）現在の職場におけるケース・カンファレンスの状況について。
- （8）心理治療の勉強に関する意見。

考 察

I. 訓練の方法

1. 実践にあたって

われわれの学科では、現在、学部三回生を対象に、臨床心理学、臨床教育心理学の講義・実習がおこなわれている。学生は主としてこれらの科目をもとに、心理治療に関する実践的な理論を学ぶことになる。そして四回生のはじめに、希望者は実際に1～数ケースの治療担当者となり、実践の経験を積む。

a. ケース担当の時期について

この、ケース担当の時期については、私は現状においてはまず妥当であると考えている。相当時間の観察訓練をへて実践に入るべきであるという考えが、一方である

が、学部卒で職場に進出していく人々のためには、教育機関において、最低一年間の実践の機会は確保したい。

もっとも、われわれの学科の現状では、他の科目の単位取得との関係で、四回生に進む直前にしか、心理治療の実際を観察する機会がもてない。これについては、何とか三回生の後半から、実践に至るまでの準備期間として、継続して観察訓練を受ける機会をもうける必要がある。

さらに、ケースを担当するまでに、さまざまな事例の過程を研究する、「事例研究会」に参加し、治療の道筋を学ぶことも重要だと思われる。治療理論や治療技法を学

ぶばかりでなく、個々の問題を有するクライアントが、いかなる道をとって治療終結の時期を迎えたか、について詳細に検討する勉強も、その後の実践に役立つものである。

学外では、諸種の事例研究会が定期的に開催されている。心理治療者として活躍する先輩をもち、学生の中にも実際にケースを担当している者が多いわれわれの学科においても、こういった事例研究の集い、あるいは演習の時間を定期的にもつことが望ましいのではないか。三回生に対してそれが開放されるならば一石二鳥である。

b. どのような主訴のクライアントから開始するか

表1 はじめてのケース

クライアントの主訴	在職者	昭和48年度在学学生	アプローチの方法	在職者	昭和48年度在学学生
自閉症、小児分裂病、自閉的傾向の強い情緒障害児	6	6	家庭訪問治療	2	0
心理的に問題のある精神薄弱児	1	1			
遺尿、吃音、登校拒否、集団不適応児など	1	4	遊戯療法 音楽療法 箱庭療法	6	11
母親の面接	2	0	カウンセリング	2	0
計 (人)	10	11	計 (人)	10	11

表1は、心理治療を主な職務とする卒業生（アンケート解答者10名）が、在学当時、どのような主訴のクライアントを、どのような方法で担当したかを示したものである。ちなみに、昭和48年度から実践をはじめた在学学生（学部四回生、修士一回生を含む）の担当しているクライアントを比較してみた。

心理治療を実践している教員が、集中的に自閉症児他重度の情緒障害児を治療の対象としている関係で、学生もそういった子ども達と取り組むことが断然多くなっている。

これは一つには、前述の子ども達は長期にわたって治療をうけにくるので、就職していく先輩セラピストの後をうけもって、初心者が必然的に治療にあたらねばならないことも関連している。

卒業生たちは、当時をふりかえって、一様に肯定、否定両方の感想を述べている。各々が苦しみ、悩み、はじめてのケースから非常な影響をうけたこと、貴重な経験であったことを述懐している。

心理治療の基本原則を体得する上では、どのようなクライアントであっても、要は同じであろう、と言う反面、

症状の軽いクライアントを担当して自信をつけること、短期間で治療の流れをつかむ経験も大事、と意見を寄せている。

そして、彼らは、たとえ困難なケースであっても適切なスーパーバイザーが得られ、十分なケース・カンファレンスがもてれば、その実践はみのもり多い経験として生きてくることを指摘している。

なお、初心者が卒業論文のテーマとして、特定のアプローチあるいは特定の対象を実践課題に選ぶ場合は、論文作製のみとおしと合わせて、実践にあたって、入念なオリエンテーションが必要だと思われる。指導者の適切な配慮がなければ、学生はセラピストとしての不安と、論文作製上の不安との相乗作用で、より一層悩むことになるがちである。

大学におけるセラピスト訓練の問題は、被訓練者が、同時に全般的な教育評価の対象でもある、ということで、後にスーパービジョンの項でも述べるように、安易に結論づけ難い要素を含んでいる。指導者側の判断が、後々初心者に、不測の混乱を与えるということも考えられる。

私はセラピスト志望の学生に対しては、実践にたず

さわっている者どおしが、彼らのパーソナリティ、動機、今後のみとおしなどをよく把握し、総合的判断に立って、相互に連帯して、彼らが担当するクライアントについて考え、年間の訓練計画、その具体的な内容などを明らかにし、チーム・ワークによって初心者を育成していくべきであると思う。

クライアントという一個の人間を相手にして、心理治療者の訓練がおこなわれる以上、われわれは慎重の上にも慎重を期さねばならないし、学生の側に立っても、セラピの勉強を重ねていくためのさまざまな疑問や当惑を、多くの援助者につけることができ、大きな利点であると考え。

c. ケース担当の数について

アンケートに解答があった10人の卒業生のうち、6名は、セラピをはじめて一年以内に、さらに1～数ケースの治療担当者として実践をひろげている。

特定のケースだけに終らず、さらに経験をひろげることの意義について、彼等の一人は、実際に職場にでてからは、プレイセラピ、カウセリングなど何でも担当させられるので、できれば経験をひろめておくことが望ましい、と述べている。

もちろん、ケースの数が多いから、といって経験の巾が広がるとは一概にいえない。ひとつのケースであっても、それにうち込めば、そこから学ぶことは無限にあるであろう。しかし、一方、ケースの困難さにとらわれて自信を失ったり、何故かクライアントと相性が悪く悩んで余裕をなくしたり、マンネリズムに陥ってしまうことも、初心者の場合、特に多いのである。

ことになった主訴のクライアントが、相互にそのセラピストに意味深い示唆を与えることもある。

はじめて担当するクライアントが重度の障害児であった場合、一方で、短期間で終結を迎えるような、症状の軽いケースを担当してみることも、特に初心者には心の支えになるのではなかろうか。

卒業生たちが、ケース担当の初期に悩んだことが、初心者には異なった対象をいくつか担当させる、という配慮によって少しは軽減できるものと私は考える。

d. セラピの準備

初心者がセラピを実践するにあたって、注意しなければならないことに、クライアントを実際に迎えるための準備と、終了後の始末の問題がある。

私の、ある先輩は、毎回セラピのはじまる少なくとも30分前に、プレイルームの整備、玩具の点検をおこない、まもなく来室するであろうクライアントに心を集中

して、準備を怠らなかつた。

この態度は、セラピストを志す者がみならねばならないものだと思う。一週間に一度しか来室しないクライアントであるのだから、最良の状態でプレイルームに迎えることができるよう心を配るのは当然であろう。特に制限、禁止が必要なクライアントの場合は、そういう事柄ができるだけ少なくてすむように、あらかじめ配慮すべきである。

準備不足のために、週一度40分ないし50分という貴重な時間を有効なものにできなかったり、セラピストがすっかり動揺してしまうような事態に直面することも多い。

セラピストの心に余裕がある時は、予期せぬ突発事が起こっても、落ちついて対応できるものである。そういうことを考えれば、セラピストたるもの、心身の健康にも留意し、つとめて情緒の安定を心がけていなければならない。

また、初回面接が成功の鍵である、と一般にいわれるように、セラピが成功するか失敗するかは、第1回の出会い方に大きなウェイトがかかる⁴⁾。その意味でも、特に、はじめてのクライアントを迎える場合は、心しなければならぬのである。

さて、次にセラピが終了した後の始末の問題であるが、治療室は何人もクライアントとセラピストが利用する一種の共同部屋である。クライアントは、あとかたづけをしなくては散らかしたまま帰ることが許されているので、ふつうセラピ終了後の部屋のそうじ、あと始末はセラピとその援助者の仕事になる。

乱暴な子どもの使用した部屋は、うんざりする程汚れてしまっていることが多いから、セラピが終ってホッと一息ついたセラピストにとって、このあとかたづけは苦痛であるかも知れない。Ginott, H.G.は、プレイルームの清掃は治療家以外の、専門の人がすべきである、そうでないとクライアントが遊び散らかすのをセラピストは十分に受け容れることができないと述べている。

しかしながら、もっかわれわれの所では、各自のセラピストとその助力者以外に、プレイルームを掃除する係はいないのである。したがって、セラピストとしては、交替で部屋を利用する別のクライアントとセラピストのために、もとどおりに室内を整備する必要がある。自分の担当した子どもが壊した玩具は補給し、短時間でもとどおりにできぬような不備は、次のセラピストに申し送り、少なくとも、次のセラピストが安心して治療室の扉を開くことができるように配慮しなければならない。

これらの問題は、心理治療者訓練の初歩として、セラ

ピスト志望者全員に行き渡るような方法で解決していくことが望ましいと思われる。

そのために、私は、初心者が、同じ部屋で現在実践にたずさわっているすべての人のケースを観察し、治療室が、異なった人々によってどのように利用されているか、という実態を把握する機会をもうけることを勧めたい。

また、実践に先立つ観察訓練の期間に、ともすれば忘れられがちになる、こういった基本的な治療室運営の方法について、きっちりと教育することを考えたい。

学内事例研究の会が確立され、来室するすべてのクライエントについて治療実践者が知識をもつようになれば、次項でとりあつかう問題と共に、より良い治療室作りが実現されやすくなるのではないかと。

e. 治療室の問題

現在、児童学科には、心理治療用の部屋として、プレイルームが一つと面接室が一つしかない。しかも面接室の方は、授業や会議のための部屋として転用されることもしばしばであるから、クライエントのために使用できる日時は限られている。親子で来室するケースを一組ひきうけると、同時に別のケースはひきうけられないのである。心理治療者志望の学生を多数かかえている昨今、この、部屋の欠如ということは致命的である。学生に1ケース以上、若干のケースを担当させたいと思っても部屋がなくてはどうにもならない。学舎の増設が一効も早く実現し、われわれの望む、新しいプレイルームができて欲しいものである。

さらに、現在あるわれわれのところのプレイルームは、さまざまな欠点(限界)を有している。

第一に、音楽療法のためには狭すぎるし、天井が低い。音楽療法実施の際には不用になる、遊戯療法のための多数の玩具を室外に運び出す作業は大変なもので、とてもセラピスト一人では準備ができない。一つのプレイルームをさまざまな用途に使う場合は、用途別の遊具をしまえる戸袋がいくつもあるプレイルームがぜひ必要である。

また現在のプレイルームは床がビニールタイル貼りであり、水を散布できない。(ぬれると床板がはがれてくるため、水遊びは制限しなければならない。)砂と同様、治療要素の濃い「水」²⁾を思うように使用できないのは、プレイルームとしては大きな欠陥である。その他、夏休みなど、集中的に児童相談をおこなおうと思っても、日中、子どもを遊ばせるには室内はあまりにも暑い。治療室は同時に活動室であるのだから、冷房設備は完備させるべきであろう。

2. 実践過程での訓練

a. 記録について

さて、カウンセリングあるいはプレイセラピーを実践しはじめた初心者は、日々の実践の経過を、いかに記録に残し、反省、熟練への材料にすれば良いか。

われわれのところでは、最もポピュラーにおこなわれているのが、状況録音およびビデオ撮影である。その他、セラピー終了後、セラピストが、各セッションの状況を記録用紙に克明にメモをし、印象、反省などを綴っていく方法もとられている。表2は、遊戯療法の記録用紙の一例である。

表2 記録の一例

Play Therapy 記録用紙	
記入者氏名()	
クライエント氏名()	
治療日時(年 月 日 時 分～ 時 分)	
治療の回数(第 回目)	
天候()	
場所()	
A 1. 来室時のクライエントの状況 2. Play 前の Information 3. セラピストの心身の状況	E 1. Play経過 2. 使用した遊具 3. 箱庭の略図
B 1. 保護者および付き添い者 2. 親の面接者・場所	4. クライエントとセラピストの関係
C 1. 状況録音・録画記録 (有, 無) 2. 観察者の氏名	5. 全体の印象
D 備考	6. 反省

これらの記録は、治療過程を研究する上にも重要な資料となる³⁾。治療過程を卒業論文にまとめようとする者は、記録の方法について、事前に周到な準備、検討をしておく必要があろう。セラピーは「実験」ではないから、二度とくり返すことはできないのである。実践に即した、各々の治療技法独得の記録の方法が今後考案されるべきである。

b. 観察および観察者について

ブレセラピーを実践する場合、初心者には、観察室(ワンサイド・ミラーが設置され、ブレイルームの中から観察できるようにになっている)から、経験者あるいは信頼できる同僚に、実践の状況を観察してもらうことが望ましい。そうすれば、クライアントへのかかわり方の実際について、詳細な助言をうけることができる。また、自分自身も他のセラピストの実践を継続して観察すれば、当事者の場合は気づかぬ、微妙なクライアントの動きなども把握でき、得るところが多いであろう。ただ、毎回これを続けることは、セラピストによっては、緊張感のため、どうしても萎縮した態度しかとれないことがあるので、時には観察者なしで、セラピーをおこなってみることも必要であろう。

なお、観察室への入室は許可制がたてまえであることを忘れてはならない。「観察」はクライアントの関知しないことなのである。それは、心理治療の発展のためにのみ開かれた道であり、クライアントにかかわるセラピストの、信頼と許可があってはじめておこなわれるべき行為である。

c. スーパービジョン制度

初心者の訓練にとって欠かすことのできないものは、スーパーバイザーの存在である。スーパービジョンについての論述を二・三文献から拾ってみよう。

Rogers, C.R.⁷⁾は、「セラピスト訓練計画のねらいは、クライアントと取り組んだ自分の経験に対して、非依存的な、非防衛的な態度をもつ個人個人を作り出すことである」と述べ、さらに、教える場面の雰囲気と教える人と初歩のカウンセラーとの間の関係とが、セラピーの中に存在する雰囲気や関係と同じものであるならば、若いセラピストは、治療的な経験というものを、自分の内蔵の中への知識として取得し始めるだろう、と言う。われわれの以前の研究⁸⁾では、三人のカウンセラーの討議の結論として、結局はクライアントにあたるのが一番良いスーパービジョンである。スーパーバイザーによるスーパービジョンは、関係についての、技術の交換に終りがちである。ほんとうにセラピーに生きてくるのは、ク

ライアントとの関係の中で、言語化されない形で抱んでくるもの、それが発酵してきたものである、ということであった。

卒業生の解答をみると、在学当時にセラピーのあと毎回ケース・カンファレンスをおこなった、あるいはスーパーバイザーの助言をうけたというのが全体の8割、残りは親のカウンセラーと情報交換をする程度で、一人で研鑽したということであった。解答者の一人は、長時間にわたる自由な雰囲気での討議と、Positiveな指摘をしてくれるスーパーバイザーのもとでのカンファレンスが、次のセッションを迎える自信に結びついていった、と述懐する。ケースについての話し合いの時間はもたれていたが、グループであったため、十分意をつくせなかったという者、また反対に、指導者と一対一であったため思うような討議ができなかった、という者もあった。

また、現在の職場においても学生時代と同様カンファレンスをもうけている人は3割で、あとはチームを組んでいるセラピストと情報交換する程度で一人で記録したり反省するのみ、といったかたちがほとんどであった。

このことは、卒業後は、みっちり研鑽できる場はまだ極めて少ないことを物語っている。卒業生たちが、在学中にこそ十分なカンファレンスの機会をもつこと、スーパービジョン制度を確立すること、を強調するのも、初心者の訓練が、卒業後は当事者個人の努力による他はない多くの現状を反映していると思われる。

Gendlin, E.T.¹⁾は、被訓練者は三種類の話し合いを必要とする、として次のように述べている。「一つは彼と一緒にいて、居心地の良い人として選んだ人であり、自分の怯えや、不適合感あるいは彼をして自分が治療的な人間となるには全然向いていないのではないかなと思わせるような自己の人格特性についての悩みとか、患者によってひき起こされた個人的な不安や知的混乱などについて語りかけることができるような近い人との話し合い」、そして二つ目に、このようなことを彼が話し合えるグループ、最後に、経験を積んだスーパーバイザーとの話し合いが必要である、としている。Gendlinはさらに、書物での知識をたくわえと共に、被訓練者は立場の違う経験あるスーパーバイザーを二人以上必要とする、彼は、二種類以上の近づき方から学ぶことによって、よりうまくやれるようになる。こうすれば彼は一つの近づき方を真似なければならぬと感ずる恐れもなくなるだろう、彼はいろいろな形で自ら試してみようとするだろう、こうして彼は、ほんとうの意味で学ぶのである、と述べている。ただ形だけの話し合いのために多大の時

間が空費され、しかも各自が結局はただ苦しみながら独りで学ばなければならない、ということのを避けるために、被訓練者が実践に際してもつ直接の諸経験、悩み、傷ついた感情を表明し、受け容れる自由が実際に存在することが肝要であるということをあえてGendlin が強調しているのは、現実のスーパービジョンやカンファレンスの有様が、ともすれば形式だけに流れがちである傾向をさしているのかも知れない。

大学においては、指導者が教員であり、学生にとっては、管理・評価者でもあるこの教員が、おむねスーパーバイザーをかねることが多い。このことは、学生にとっては、いきおいカンファレンスに、ストレートに自分を出しきれない、ということにもつながってくる。加えて、学生数の増加にともなう教員定数の少なさが、ますます一対一で十分にスーパーバイズをうけるという時間的余裕をなくさしている。

京都大学では、最近一対一のスーパービジョン制度をもうけ、先輩で心理治療に従事している人に依頼してスーパーバイザーになってもらっているという。本学においても、卒業生、研究生、大学院学生など、初心者個人の個人的なスーパーバイザー、あるいはカウンセラーになり得る人材は多いのであるから、直接の指導者以外に、初心者一人一人がスーパーバイザーを選び、実践をひろげていくことを積極的に推進し、制度的にも保障していくことが望ましいのではないか。理想的には、児童相談室専属の、心理治療に従事する職員の定員がとれ、そういう人に、スーパーバイザーの仕事を担当してもらうことができれば良い。他大学には学生相談室が設置され、一般学生の心理相談に、専属の職員が配置されている。本学も、学生数6000を越えるのであるから、ぜひ、こういった相談室をもちたいものである。心理治療者の育成は、学内に正規の職員枠がもうけられることによって、飛躍的に推進されるものと、私は考える。

d. 実践と平行していかなる勉強をしていくか

①職場の状況を知る

臨床心理学Ⅱの実習では、学生は病院、保育所など種々の職場に出かけて行って実習をおこなっているが、心理治療者としての訓練においても、心理療法を実施しているさまざまな職場の活動を見学し、そこでの研究会等に参加してみる経験が大きい意義をもつ。

研究室と異なり、現実の職場には多種多様の制約がある。また、そこで働く人々の人間関係についても、今後心理療法を実践していく上で参考になることがさくさく多い。現場で働く人々を研究室に招いて、その実際につ

いて話を聞くことも良いだろう。職場の状況を知ることによって、われわれが訓練を積み、研鑽をかさねていく上で、何が不足しているか、何を創造していかねばならないかが、明らかになるであろう。

②ワーク・ショップ、研究会などへの参加

同じ治療理論、治療技法を学んだ者どおしであっても、彼らが、心理治療家として活躍する先人に抱くイメージは各々微妙に異なるものである。心理治療家の個性は、特に初心者には、非常な影響を与える。

そういう意味で私は、初心者もまた学内にとどまらず、広く先輩や他機関の人々が参加するワークショップ、研究会、学会などに積極的にでむいていくべきであると考ええる。

同じような仕事に従事している人にどういった人々が居り、どのような研鑽が志向され、いかなる研究発表がなされているのか、を知ってはじめて、もう一度自分自身にたちかえて、自分の現在していることを吟味することができる。

職場においてケース・カンファレンス等が実施されていないところでは、卒業生たちは積極的に、諸種の研究会活動に参加していつているようである。

卒業生の一人は、ある一定のセラピスト像、セラピスト像をゴールとして設定し、それに同一視させていく研鑽方向には無理が生じる、と指摘する。

訓練の過程にある初心者が、やがて一人立ちしていくための力と強さを身につける上に、大いに他の指導者の教育や批判を受けさせる必要がある。

さて、その他、実践と平行していかなる勉強をしていくか、ということについて、卒業生が強調しているのは、人格理論、治療理論、事例の研究など、いうまでもないことであるが、セラピーの基本にふれるさまざまな書物を、できるだけたくさん読む、ということである。この点については、卒業生との交流の活発化にもとづいて、在学生が大いに触発されることを期待したい。

II. ある初心者の例

次に、昭和47年度の一年間、セラピストとしてはじめて実際にケースを担当し、訓練を積んだ2名の卒業生⁵⁾

⁶⁾の例をあげて、考察をつづけた。

1. 実践過程

a. 担当したケースについて

①うそをつく、何事にも消極的すぎる、という主訴の9才の女児と、友達所有の玩具を盗むという主訴の9才の男児。

②昼間遺尿、性格にむらがあるという主訴の8才の男児と、場面緘黙を主訴とする6才の女兒。

いずれも、箱庭療法を含む遊戯療法を実施した。

b. 初期の経験について

はじめてセラピストとして実践した当時の感想を、この2名の卒業生は次のように述べている。

●どうすれば、クライアントを中心に実際に行動できるか、クライアントに話しかけても良いのか、それとも黙っていてもいいのか、受容とは実際にはどうすれば良いのか、といった不安な気持ちを持ち、一方ではとにかくいっしょうけんめいしようという気持ちがあり、少し矛盾した気持ちで接していた。暗中模索といった感じであった。

●もし、熟練したセラピストと出会っていたら、主訴が解決されたのに、初心者の私がセラピストであったために失敗してしまった……というふうになったら、クライアントに対して申し訳ないと思った。しかしそれでは何もできないので、本を読んだり話を聞いたりして、少なくともそのセラピスがクライアントにマイナスにならないようにできる気がしたのを頼りに、実践にふみきった。

●二人目のクライアントに接してみても、個性の違い、プレイルームでの表現のしかたの違いに驚いた。積極的な子どもであったこと、私自身がリラックスした気持ちで接することができたということで、お互いの関係が非常にスムーズにいった感じがある。しかし単なる遊びに墮していないか、という考えが頭から離れなかった。

●二人目のクライアントに接した時は、はじめてのクライアントと対した時よりも、クライアントの行動を、余裕のある眼で見るのができたように思う。クライアントと対している自分というものを以前ほど意識しなくなったことも、二人目のクライアントであったからだと思う。

c. 訓練の実際

この2名の卒業生がはじめて担当したケースの母親の面接は、いずれも私がおこなった。これらのケースは、いずれも母親の態度にも問題が多いものであり、セラピの回数が進むにつれて、子どもも親もかなり変化していった。セラピ終了後毎回われわれは、情報交換をおこない、観察者がいる時は、彼らも含めて問題点について話し合い、考え合った。一週間後に各自がセラピの経過と印象をレポートにして交換し、セラピの流れについておたがいに知識を深めると共に、適時、私が助言をおこなった。その他状況録音されたテープを聞く会、クライアントが作った箱庭のスライドを見る会を時折ひらいた。

彼女たちはその他、学外の研究会および学外講師による臨床心理学の実習の時間に各々のケースの実際を事例研究として提供し、諸氏の助言を得た。

さらに、彼女たちは、訓練の一つとして、自ら個人的にスーパーバイズあるいはカウンセリングをうけることを希望し、各々心理治療を実践している人（いずれも学外者）について経験を積んだ。

これらの点に関しての二人の感想・見解は以下のとおりである。

●同じ技法でセラピをおこなっている者どおしが集まって、事例を出し合い、疑問点や経験内容について討議する時間を、定期的にもつことが望ましい。

●セラピのあとで、セラピスト、カウンセラー、スーパーバイザー、観察者などが、クライアントの動きに焦点を合わせて、細かく心理的な跡づけを試み、セラピストの態度について検討をする、長期間に渡る討議の時間が欲しかった。

●セラピをスーパーバイザーに見てもらったり、テープを聞いて助言してもらえる機会をもつことは、セラピストにとって、とても支えになるように思える。

●自分自身がクライアントになって、毎回箱庭を作ることによって、自分自身を確めてゆくことができたように思う。自分がクライアントである時の、カウンセラーの様子、あるいは自分の態度などから、セラピというものを感覚的に把握していった。自分がある壁にぶつかっている時など、自分の問題の解決の場があるため、それを切り離して子どものセラピに臨むことができたように思う。初心者にぜひ勧めたい経験である。

●自分自身、カウンセリングをうけたが、毎回かなり苦しかった。折にふれ、ああ、こんなことを話そうと考えたり、話すためには、それを自分でも押しつめて考えなければならなかったりもするし、自分の心の動きに敏感になったり、自分をつきはなして見たりせざるを得ないからである。しかし今、思うと良かったと感じる。セラピをうけにくる時のクライアントの緊張感や、セラピ継続中のクライアントにとってのセラピの重みもよくわかる気がする。

●研究会などに参加して、諸氏の前でケースを提供してみても、自分が気づけなかった多くの事柄に対してアドバイスを得、ひとりよがりに入ることなくさまざまな角度からクライアントをみつめることができたこと、セラピに対する迷いや不安を軽減できたことが嬉しかった。

2. 一年を経過して

●受容ということ、心理療法ということなどの抽象的な概念が実感できるようになったと思う。ようやくセラピとは何か、ということが少しわかってきた。セラピをおこなうことにより、クライアントへの配慮が、ひいては自分の成長につながるように思われる。

●セラピを継続していると、一回一回はそれほどでなくても、長い期間をふりかえて考えると、いろいろな変化に気づくし、案外クライアントは自分を変化させていくものだと思った。しかし、私自身はそれに甘えがちになり、受身的になりすぎたと反省している。

●自分自身がクライアントとしてセラピをうけたこと、このことによって自分自身を明確に把握していくことができ、同時にセラピストとしての行動を示唆されたことが収穫であった。

●自分の健康管理に気をつけることが大切だと思った。

●毎回毎回、初回の時の気持ちでセラピをおこなうことが大切である。何か吸収できそうな研究会が催されれば、どんどん出席してみることも自分自身にとって非常にプラスになると思う。

●クライアントの主訴にとらわれず、あせらず、じっくりと、セラピの時間を楽しい雰囲気にするよう心がけたい。回を重ねてい

くと次第に、遊びにおいて、どんなことに着目しようか、ということがみえてくる。

●迷ったり、わからなくなったりしたら、どんなことでも、どしどし誰かをつかまえて尋ねることが必要である。

セラピストとして、同時にスタートしたこの2人は、ケースは異なるが、同じような訓練の過程をへて一年を終え、以上のような陳述をおこなっている。

彼女たちの指摘は、I. の項でふれた問題と非常に関連があると思われる。実際に訓練をうける初心者においては、特に、ケース・カンファレンスのあり方、スーパービジョン問題、研究会活動などが重大な影響を与えている。われわれとしては、さらに初心者の各々とこれらの問題について度々討議をおこない、貴重な一年を有効に利用できるよう、具体的に改善を試みていくべきであると考え。私自身、試行錯誤しながらも、これまで固定した方法に終始し、視野を広げることができなかったことを反省している。その意味で、在職中の卒業生諸姉妹、ならびに共にチームを組んでセラピーを実践した初心者の体験による指摘は重要であると考え。

今後、さらに検討を加え、心理治療者の訓練の具体的なあり方について、考察を深めたいと思う。

要 約

心理治療者の育成、訓練に際してどのような点を考慮すべきかについて考察した。

結論として、最終学年の学生が、実際にセラピーをおこなうためには、それ以前に十分なオリエンテーションが必要であること、1 ケースに限らず、若干のケースを熟練者の指導のもとでおこなう方がよいこと、ケース・カンファレンスのあり方を考慮し、充実させること、治療室の設備を充実させること、スーパービジョン制度の確立、研究会やワークショップへの参加を勧めることな

どがあげられた。さらに、初心者の訓練については、被訓練者の要求をも十分考慮し、固定した訓練の方法にとどまることなく、漸次工夫、改善をこころみることも指摘された。

おわりに、お忙しい中、アンケートに答えて下さった卒業生諸姉妹、体験を通じて貴重なご意見を下さった、岡田康伸先生（天理大学）、松長知子氏（大阪回生病院）、堤由利氏（旧姓延原）に心から謝意を表します。

文 献

- 1) Gendlin, E.T.: Some Proposals on Psychotherapy Training. Discussion Papers, Wisconsin Psychiatric Institute, No.37, Nov., 1962 (邦訳、村瀬孝雄訳：体験過程と心理療法、牧書店、1966)
- 2) Ginott, H.G.: *Group Psychotherapy with Children*, McGraw-Hill, 1961 (邦訳、中村悦子訳：児童集団心理療法、新書館、1965)
- 3) 広瀬米夫：カウンセラーの自己訓練、岩崎学術双書 8, 1966
- 4) 河合隼雄：カウンセリングの実際問題、誠信書房、1970
- 5) 松長知子：児童心理療法に関する一考察、大阪市立大学家政学部児童心理学専攻卒業論文、1973
- 6) 延原由利：一遺尿児の遊戯治療過程、大阪市立大学家政学部児童心理学専攻卒業論文、1973
- 7) Rogers, C.R., *Training Individuals to Engage in the Therapeutic Process*, *Psychol. and Mental Health*, 1955
- 8) 山松質文・森美智子：カウンセラーの体験について、臨床心理、Vol. No.3, 1965

Summary

The effective procedures and measures to be taken for training psychotherapists were considered carefully. As a conclusion of such examinations, the following steps may be cited as absolute necessities:

- (1) For students in the final academic year to practically administer therapy, it will be necessary for the students to receive due orientations previously;
- (2) It will be more advisable for the students to administer therapy not only in one single case, but in certain more cases under the guidance of those fully experienced in the art;
- (3) The therapy room is to be well equipped, i.e. the equipment and provision are impeccable and preparations are made satisfactory for receiving the clients;
- (4) The thorough establishments of the system of supervision,
- (5) Completeness of the case conference;
- (6) Participation in workshops is to be encouraged.